Comité Régional Occitanie Pyrénées Méditerranée

Fédération Française d'Etudes et de Sports Sous-Marins

Championnat régional piscine OPM 2022

Organisé par le Toulouse Métropole Palmes
Piscine Léo Lagrange - Place Riquet à Toulouse

Dimanche 12 mars 2023 de 13h à 18h

Convocation et règlement

Le Championnat régional se déroulera à Toulouse à la piscine Léo Lagrange, le dimanche 12 mars 2023 (Bassin olympique de 50 mètres, 8 couloirs), selon les règles de la CN-NAP.

Programme : Ouverture des portes à 13h00

Vérification des licences, assurances et certificats médicaux

(Possibilité de les envoyer par email christiane.kostrzewa@gmail.com avant la compétition)

Échauffements : de 13h00 à 13h45

- 50SF BI Femmes & 50SF BI Hommes
- 50SF Femmes & 50SF Hommes
- 1500SF Femmes & 1500SF Hommes
- 800SF Femmes & 800SF Hommes
- **pause de 10 minutes**
- 50AP Femmes (**sauf Poussins & benjamins) &** 50AP Hommes (**sauf Poussins & benjamins)**
- 100SF BI Femmes & 100SF BI Hommes
- 100SF Femmes & 100SF Hommes
- 400 IS Femmes & 400 IS Hommes **(pas de compresseur sur place)**
- 200SF BI Femmes & 200SF BI Hommes
- 200SF Femmes & 200SF Hommes
- 400SF BI Femmes & 400SF BI Hommes
- 400SF Femmes & 400SF Hommes
- 100IS Femmes & 100IS Hommes **(pas de compresseur sur place)**
- Relais 4X100SF Femmes & Relais 4X100SF Hommes & 4x100 SFB Mixte
- Relais 4X200SF Femmes & Relais 4X200SF Hommes
- **Fin de la rencontre vers 18h00**

Inscriptions : par E-nap avant le dimanche 5 mars 2023 - Midi.
Aucun engagement ne sera pris le jour de la compétition

Seul seront pris en compte les engagements des nageurs présentant **la licence 2023** avec certificat médical conforme et attestation d'assurance. Un contrôle sera effectué en début de session, tout nageur n'ayant pas sa licence, certificat médical et fiche d'identité fédérale sera refusé et ne pourra pas nager. Pass-vaccinal obligatoire.

Venez nombreux ! Ambiance sympathique, échanges avec nageurs d'autres clubs, et goûter de clôture dont vous vous souviendrez (surprise…) garanti.

A très bientôt à toutes et à tous.

Le Toulouse Métropole Palmes